Lecturas devocionales para la mujer

# VIRTUOSA

VALIOSA
INFLUYENTE
REFLEXIVA
TRANSFORMADA
ÚNICA
OCUPADA
SABIA
AUTÉNTICA

# MARZO

https://vidakristiana.blogspot.com/

Mónica Díaz

# Un camino mucho mejor

***«Comunidad es el lugar donde vive la persona con la que menos quieres convivir».*** **Henri Nowen**

—Los domingos a las once de la mañana es la hora de mayor segregación racial en Estados Unidos —dijo Skye Jethani en su primera clase como maestro de iglesia, haciendo suya la frase de Martin Luther King—. ¿Qué opinan de eso? —preguntó a sus alumnos.

—Creo que es verdad y que es bueno que sea así —respondió un hombre en la última fila.

Skye no podía creer que alguien acabara de afirmar que es buena la segregación racial en la iglesia. Tras un extraño silencio, preguntó al hombre:

—¿Podría explicarnos exactamente qué es lo que quiere decir con esa afirmación?

—Si todos seremos separados al llegar al cielo por nación, tribu, lengua y pueblo, ¿por qué no separarnos ya aquí en la tierra?

Skye, hijo de padre indio y madre europea hablando ante un grupo de estadounidenses, se puso nervioso y decidió no aclararle al hermano su mala interpretación del pasaje bíblico, sino cambiar de tema para no complicarse. Al día siguiente pidió al pastor que lo cambiara de clase.

—Estabas intentando explicar 1 Corintios 12, ¿verdad? —le preguntó el pastor.

—Sí —respondió Skye.

—¿La unidad en la iglesia, correcto? —preguntó de nuevo.

—Correcto.

—Esta es tu oportunidad de poner en práctica lo que quieres enseñar. Ese hombre nació en una época y un lugar diferentes a ti y tiene otra forma de pensar; busca la manera de hacerle reconsiderar su visión del mundo con fundamento bíblico. Unidad en la diversidad, recuérdalo.*

¡Qué difícil! ¡Con cuánta frecuencia me veo yo tentada a aislarme o a cambiar de iglesia cuando descubro en mis hermanos ideas contrarias a las mías y, a veces, antibíblicas! Es un reto esto de la comunidad de creyentes. La primera dificultad es entender que la unidad no se basa en la compatibilidad (de caracteres, ideología u opiniones teológicas). La unidad se basa en la dependencia individual de Dios, quien nos ha llamado a una comunidad de creyentes que, unida a pesar de sus diferencias, dé testimonio del amor de Cristo. Ese amor atraerá a la gente a la verdad.

Se trata de aceptarnos como hermanos, y de crecer y cambiar por influencia de la fe. Sin duda un camino mucho mejor que aislarse o irse.

***«Voy a enseñarles un camino mucho mejor. [...] Tener amor es saber soportar; es ser bondadoso; [...] es no enojarse ni guardar rencor; es sufrirlo todo, creerlo todo, esperarlo todo, soportarlo todo»***
***(1 Cor. 12: 31–13: 7).***

---

* *The Divine Commodity* (Míchigan: Zondervan, 2009), pp. 134-135.

# Mente sana en cuerpo sano

***«Come poco y cena más poco, que la salud de todo el cuerpo se fragua en la oficina del estómago».*** **Cervantes**

«Cuando algo le iba mal, se sentía desanimada o tenía un altercado con una amiga, María buscaba un lugar solitario para ingerir cantidades desproporcionadas de alimentos procesados y repletos de calorías. Comía sin restricción lo que más le apetecía, hasta hartarse y sentirse extremadamente incómoda. Si estaba en el trabajo y no podía salir, comía chocolatinas, galletas, caramelos y otros refrigerios que guardaba en un cajón. Se había acostumbrado a utilizar la comida para atenuar su desánimo».* Tal vez la historia de María se parezca un poco a la tuya y te hayas estado preguntando si sufres adicción a la comida. Para saberlo con exactitud, estos son los mayores indicadores de dependencia alimentaria:

- No puedes dejar de pensar en comer o de preocuparte por qué comerás más tarde.
- Consumes cantidades excesivas de tus alimentos preferidos.
- Comes aunque no tengas hambre.
- Después de comer en exceso, experimentas vergüenza y culpabilidad.
- En ocasiones comes a escondidas y mientes sobre lo que has comido.
- Cada vez que te sientes triste, ansiosa o estresada, te consuelas comiendo.
- Por más que te has propuesto acabar con esa conducta, terminas recayendo.

Si crees que sí, que tienes un pequeño problema de adicción a la comida, es hora de buscar ayuda. ¿Por qué? Porque la enfermedad y la obesidad están a la vuelta de la esquina; y porque la vida espiritual sufre cuando hay una adicción (se pierden las ganas de orar, se alberga una autoimagen negativa, se encierra una porque no quiere estar con gente).

Empieza por lo más básico: recordar el plan original de Dios para la nutrición humana (ver Gén. 1: 29): alimentos sencillos, de la huerta y los árboles, y en su estado natural, consumidos en cantidades moderadas. ¿Sabes qué? Es prácticamente imposible que los alimentos en su estado natural, tal como se recogen, creen adicción. También es básico tener siempre en cuenta que tu cuerpo es templo del Espíritu Santo (1 Cor. 6: 19-20).

Después de grabar en tu mente lo básico, ve a lo esencial: busca a Dios. Pídele ayuda, halla tu fuerza de voluntad en él. No olvides que hay gente dispuesta a echarte una mano.

Y durante todo el proceso, no pierdas de vista el gran motivador espiritual: todo lo que hagas, hazlo para la gloria de Dios.

***«Lo mismo si comen, que si beben, que si hacen cualquier otra cosa, háganlo todo para la gloria de Dios» (1 Cor. 10: 31).***

* Julián Melgosa, *Soy cristiano... ¿y tengo una adicción?* (Doral, Florida: IADPA, 2017), pp. 24-26.

https://vidakristiana.blogspot.com/



# Estoy en deuda

***«Somos deudores de todo ser humano a quien podamos ayudar».*** **Elena G. de White**

—Creo que no puedo dar un paso más —afirmó Martín.

—Yo tampoco —replicó su amigo.

—Lo sé —añadió Martín con desánimo—, qué te parece si nos vamos.

Corría el año 1497. Martín Lutero tenía a la sazón catorce años y estaba intentando costearse su educación, para lo cual salía por las calles con su amigo pidiendo limosna a cambio de cantar. Cuando ya habían asimilado que pasarían la noche con hambre y frío, sus cantos infantiles resonaron en el corazón de una mujer sensible y cristiana llamada Úrsula Cotta, que los había estado observando desde la ventana de su casa. Úrsula era una mujer adinerada y había visto a Martín y a su amigo cantando en el coro de la iglesia. Tras ser testigo de la rudeza de la gente hacia los muchachos, se sintió conmovida.

Úrsula abrió de par en par las puertas de su casa e indicó a los dos muchachos que entraran. Les habló con amabilidad. Lutero, impresionado por aquella mujer generosa, se echó a llorar. Pronto descubrieron que los padres de Martín eran parientes del esposo de ella, y la mujer decidió invitarlo a vivir con ellos en la casa. Úrsula y su esposo apoyaron económicamente a Lutero hasta 1501, cuando se marchó a la Universidad de Erfurt.*

Los actos de bondad. ¡Qué impacto tan inmenso tienen en la vida de la gente! Yo misma fui beneficiaria de uno hace muchos años. Una familia me abrió las puertas de su casa en Estados Unidos cuando yo tenía apenas diecisiete años y, con cariño y dulzura, me llevaron al conocimiento de la Biblia. A ellos les debo mi despertar espiritual y un cambio de vida que dura hasta el día de hoy.

Lutero, el instrumento que Dios utilizó para hacer salir a Europa del oscurantismo religioso, se vio tremendamente bendecido por una mujer rica pero sencilla. Ella es un ejemplo de benevolencia cristiana, una inspiración a hacer el bien, ayudar al necesitado y ser un instrumento de Dios para llevar amor al mundo. Porque el amor importa; la amabilidad importa; hacer el bien a una sola alma importa. Y porque cada vez que delante de mí haya un ser humano que necesita ayuda, estoy en deuda con él. ¿Y tú?

***«¡Hagan justicia al débil y al huérfano! ¡Hagan justicia al pobre y al necesitado! ¡Libren a los débiles y pobres, y defiéndanlos de los malvados!» (Sal. 82: 3-4).***

* James Anderson, *Ladies of The Reformation* (Edimburgo: Blackie and Son, 1855), pp. 33-44.

# Sí, pero con dignidad

***«La manera de dar vale más que lo que se da».***
**Pierre Corneille**

Milos Tomic estaba de vacaciones en Italia con su esposa. Paseaban por la preciosa Florencia cuando se les acercó un hombre que vendía recuerdos en la calle.

—Comprémosle algo —sugirió la esposa.

—¿¡Qué!? —respondió él, abrumado por la cantidad de vendedores ambulantes que había y queriendo llegar a ver la estatua de David antes de que cerrara el museo.

—Quiero comprarle algo a este señor —insistió ella.

—¡¿A ver, qué quieres?! —preguntó él, mientras sacaba la billetera sin hacer esfuerzo por disimular el enojo en su voz.

—No sé —le contestó ella—, algo, lo que sea.

Milos no era capaz de superar el hecho de que aquel hombre le estaba haciendo perder el tiempo y... por lo visto, también el dinero. Pero, de pronto, la mirada de él se cruzó con la del hombre. En su rostro no vio el deseo de quitarle a nadie su dinero, sino el deseo de ser apreciado y valorado. Recordó un momento de su vida en que a él le había pasado lo mismo: en pleno proceso migratorio para poder ser ciudadano estadounidense, se había topado con las miradas ceñudas, desconfiadas y severas de los agentes de inmigración. Solo que esta vez, la mirada ceñuda, desconfiada y severa era la suya propia, contra la que se topaba alguien que simplemente se estaba ganando la vida. Avergonzado, decidió comprar varios recuerdos.

Continuando su camino, Milos le preguntó a su esposa:

—¿Por qué no le dimos algo de dinero y punto? ¡No hacía falta comprarle nada!

—Porque la caridad debe practicarse con dignidad —dijo su esposa.*

La caridad y todo lo demás, digo yo. La dignidad del otro es una realidad que, como un filtro, deberíamos aplicar siempre a la persona que tenemos delante; sea quien sea.

«La caridad es un deber, pero la elección de la forma, es un derecho», dijo la escritora Concepción Arenal. Y estoy de acuerdo. Es un deber para la mujer cristiana, porque la Biblia es clara y enfática al respecto, en el Antiguo Testamento (Deut. 15: 8; Isa. 58) y en el Nuevo también (Mat. 5: 42, 6: 1-4; Luc. 11: 41). La forma es de libre elección, pero cuanto más se asemeje a la de Jesús, mejor. La forma de Jesús es esta: «Al ver a la gente, sintió compasión de ellos» (Mat. 9: 36). Compasión basada en la dignidad.

***«El que se apiada del pobre presta al Señor, y él lo recompensará por su buena obra» (Prov. 19: 17, NBL).***

* *Guía de estudio de la Biblia El universitario* (Doral, Florida: IADPA, 2019), junio-septiembre, 17 de agosto.



# La mejor medicina

***«Un buen arrepentimiento es la mejor medicina que tienen las enfermedades del alma».***
**Cervantes**

En la revista de la Iglesia Adventista alemana, *Advent Echo*, de mayo de 2005, los dirigentes de la Iglesia de Alemania y Austria publicaron esta declaración conjunta: «Lamentamos profundamente toda participación de nuestra Iglesia en apoyo a las actividades nazis durante la Segunda Guerra Mundial. Confesamos sinceramente nuestro error al no seguir en las huellas de nuestro Señor, pues fallamos en proteger a los judíos y a otros grupos durante la era del genocidio conocida como Holocausto. [...] Lamentamos que en nuestras revistas publicamos artículos exaltando a Hitler y concordando con su ideología antisemita, de una forma que nos resulta imposible de creer hoy. Nuestra gente se asoció con el fanatismo religioso que acabó con la vida de seis millones de judíos y de otras minorías de Europa. Muchos adventistas no compartimos el dolor de nuestros hermanos judíos. En algunas congregaciones excluimos, separamos y abandonamos a nuestros miembros de origen judío, por lo que muchos fueron llevados a prisión, exilio y muerte».*

Mis respetos. Es fácil arrojar la primera piedra condenatoria, sabiendo como sabemos hoy cuáles eran los valores que defendía el nazismo, pero haciendo autoanálisis de mi propia conciencia no puedo más que admitir que no estoy sin pecado (Juan 8: 7). Lejos de señalar el pecado ajeno, prefiero mirar hacia adentro, tratando de discernir en qué situaciones de mi vida estoy cayendo en errores que tal vez no considero tan graves, pero sí lo son. Porque «el que encubre sus pecados no prosperará, mas el que los confiesa y abandona hallará misericordia» (Prov. 28: 13, RV95). Señor, hazme más sensible.

La declaración añade una frase más, que considero de gran importancia: «La obediencia que debemos a las autoridades del estado no debe llevarnos a violar nuestras convicciones y valores bíblicos. Debemos defender con decisión los derechos de todos y la justicia». ¿Cuántas veces nos quedamos calladas por miedo (a la cultura de la empresa; a la presión de grupo; a la influencia de la pareja; a ponernos en evidencia por defender a alguien que nos cae mal y no queremos que nadie nos asocie con esa persona) o, lo que es peor, aceptamos aquello a lo que deberíamos oponernos? En los dirigentes de la Iglesia Adventista alemana y austríaca tenemos un ejemplo a imitar: hacer análisis, admitir nuestro pecado, reconocerlo ante quien debe oír ese reconocimiento, pedir fortaleza en oración y actuar en el futuro por convicciones basadas en principios bíblicos, no por presiones externas. Mejor medicina que esa para las enfermedades del alma, no hay.

***«Reconocemos, oh Señor, nuestra impiedad, la iniquidad de nuestros padres, pues hemos pecado contra ti» (Jer. 14: 20, RV95).***

* https://news.adventist.org/en/all-news/news/go/2005-08-15/europe-german-austrian-churches-apologize-for-holocaust-actions/ [consultado en enero de 2019].

# ¿Acumular? Sí, pero...

*«La limpieza es el arte de enfrentarse a sí mismo».*
**Marie Kondo**

En el año 2018, la plataforma de entretenimiento Netflix estrenó en Estados Unidos una serie de ocho episodios en los que su protagonista, Marie Kondo, una pequeña aunque impactante japonesa, enseña a un grupo de personas cómo deshacerse de los objetos acumulados que ya no les aportaban nada a la vida o a los cuales se habían apegado tanto que les impedían avanzar. Al día siguiente del estreno, los centros del país que recogen ropa y artículos usados para repartir a personas de bajos recursos recibieron un 350% más en donaciones de lo que habitualmente recibían. De hecho, en muchos de ellos había filas de autos esperando para descargar lo que llevaban.

Me llamó la atención esta noticia por dos cuestiones: 1) el increíble impacto que tienen sobre la conducta humana los medios de comunicación y 2) la evidente necesidad que todos, sin excepción, tenemos de simplificar nuestra vida, de reducir al máximo, de dejar de acumular objetos que creemos nos dan la felicidad pero que, en realidad, nos atan y llenan de ansiedad.

Aplicando esto a lo espiritual, creo que es algo que Dios quiere hacer con nosotras: irnos despojando poco a poco de todas esas cosas que son superficiales en nuestra vida, pues no aportan nada a la experiencia de la religión ni a la salvación del alma. Al contrario, son un estorbo, porque nos hacen autoengañarnos respecto a qué es lo que realmente importa y lo que no. Creo que hemos de enfrentarnos a nosotras mismas y hacer una limpieza de todo aquello que no aprovecha, ya que se constituye en un impedimento para nuestra salud espiritual. «¿De qué sirve ganar el mundo entero si se pierde la vida?» (Mar. 8: 36, NVI).

En el Sermón del Monte, Jesús lo dijo muy claro: «No acumulen para sí tesoros en la tierra, donde la polilla y el óxido destruyen, y donde los ladrones se meten a robar. Más bien, acumulen para sí tesoros en el cielo, donde ni la polilla ni el óxido carcomen, ni los ladrones se meten a robar» (Mat. 6: 19-20, NVI). Y sigue siendo tan oportuno hoy como entonces.

El llamado es a acumular, a invertir en, a dar prioridad a todo aquello que tiene un efecto sobre nuestra relación con Dios. Lo demás, básicamente sobra. Y como sobra, hay que deshacerse de ello.

***«La religión es una fuente de gran riqueza, pero solo para el que se contenta con lo que tiene. Porque nada trajimos a este mundo, y nada podremos llevarnos; si tenemos qué comer y con qué vestirnos, ya nos podemos dar por satisfechos»***
***(1 Tim. 6: 6-8).***



# Apreciar lo que tenemos

*«La vida es una serie de plazos que vencen».*
**Steven Pinter**

Hace alrededor de cien años, un periodista le preguntó al célebre escritor francés Marcel Proust:

—¿Cómo se sentiría si supiera que un meteorito está a punto de impactar el planeta?

—Pues la verdad, creo que me sentiría muy bien —respondió él—, porque, de pronto, todo lo que me rodea estaría lleno de significado y belleza. Valoraría más a mis amigos, me iría corriendo a visitar los museos... Creo que no valoramos lo que tenemos porque nos parece que nos va a durar siempre, cuando lo cierto es que podemos morir esta misma tarde.

Me parece que esta conversación señala algo muy cierto: valoramos más lo que hemos perdido o lo que deseamos tener y aún no «poseemos», que las personas y las cosas que tenemos delante. Ser conscientes de que no son para siempre; recordar que nosotras mismas no somos para siempre ni las relaciones que tenemos ahora tal vez vayan a durar como son, nos da un sentido necesario de temporalidad que nos ayuda a valorar más aquellos aspectos de la vida que damos por sentados.

Como mujer que ha perdido a personas (a mi padre, por ejemplo, demasiado pronto) y cosas (un trabajo que valoraba enormemente; o un auto declarado pérdida total después de que un borracho me chocara con el suyo) sé por experiencia lo triste que es lamentarse por no haber sabido valorar a tiempo aquello que realmente era valioso en la vida. Tal vez en tu caso pueda ser que no estás valorando a tu cónyuge como debieras, y eso está haciendo mella en tu matrimonio; o tal vez no valoras tu salud y por lo tanto no das importancia al ejercicio y la buena alimentación; la esencia es la misma: aprende a valorar para que empieces a cuidar y a disfrutar al máximo. No ser capaces de valorar lo que tenemos nos pone en una situación de sentirnos permanentemente insatisfechas con todo.

¿Sabes cuánto tiempo más vas a vivir? No. ¿Sabes si la pareja que tienes ahora es para siempre? No. ¿Sabes si tendrás otra oportunidad como la de hoy para impactar positivamente la vida de las personas que te rodean? No. Pero no saberlo no quiere decir que no puedas reconocer que todo es temporal. Y puesto que es así, hoy es el momento de valorarlo y entregarte al máximo. Porque la vida es una serie de plazos que vencen.

***«Den gracias a Dios por todo, porque esto es lo que él quiere de ustedes como creyentes en Cristo Jesús»***
***(1 Tesa. 5: 18).***

# ¿Qué se celebra el 8 de marzo?

***«Los derechos sociales de las personas han de ser tomados en consideración».***
**Elena G. de White**

Hoy, 8 de marzo, celebro que soy ciudadana de un país (hasta el siglo XIX ninguna mujer lo fue); que puedo votar (hasta el siglo XX ninguna mujer pudo); que fui a la universidad (mi abuela no pudo por ser mujer); que compré casa pidiendo un préstamo *solo* a mi nombre (hasta los setenta del pasado siglo ninguna mujer podía); que puedo dedicarme a lo que yo elija (si quiero elegir profesión); que soy soltera sin que eso me condene a la pobreza; que tengo vida más allá de las paredes de un hogar y las decisiones de un esposo. El Día Internacional de la Mujer nos recuerda algo que tendemos a olvidar por haber nacido en un buen momento de la historia: que no siempre fue así; que hoy disfrutamos derechos gracias a los valientes que los pelearon, haciendo la sociedad más justa.

El concepto de igualdad se ve en pasajes de la Biblia, a pesar de ser un libro escrito en tiempos muy diferentes a estos. Lucas escribió: «Dios no hace diferencia entre una persona y otra» (Hech. 10: 34). Lamentablemente, la sociedad sí: ser blanco no ha sido igual que ser negro; ser esclavo no ha sido igual que ser libre; ser mujer no ha sido igual que ser varón. Pero se ha avanzado mucho en este camino.

Jesús no compartía eso que los varones judíos decían en sus plegarias: «Gracias, Dios, porque no me has hecho mujer». «Las palabras y acciones de Jesús incorporaron a las mujeres en ámbitos que resultaban nuevos y sorprendentes en el siglo I».* Cuando habló con la samaritana, «sus discípulos se asombraron de que hablara con una mujer» (Juan 4: 27, RV95) porque los hombres no hablaban con mujeres fuera del hogar. En sus parábolas, usaba referencias femeninas para ilustrar valores espirituales. Sentada a sus pies aprendía María, a pesar de que la enseñanza estaba vetada a las mujeres. Jesús dio a las mujeres papeles protagónicos... Él sentó bases que el cristianismo de siglos posteriores no tomó como referencia.

Según Elena G. de White, «Jesús exige que reconozcamos los derechos de cada ser humano» (*Obreros evangélicos*, p. 129). Por eso yo celebro a quienes, en el pasado, lucharon para ayudarnos a tener esta perspectiva y a llevarla a la práctica. Y, sobre todo, agradezco a Jesús, que nos dio un claro ejemplo al respecto. Hoy, 8 de marzo, estoy de celebración histórica.

Feliz Día Internacional de la Mujer.

***«Dios no hace acepción de personas» (Hech. 10: 34, RV95).***

* Bonnie S. Anderson y Judith P. Zinsser, *Historia de las mujeres* (Barcelona: Crítica, 2009), p. 91.





# Inspirada y conservada por Dios

***«¿Deseas que Dios te hable mucho, mucho, mucho? Abre tu Biblia y léela mucho, mucho, mucho».***
**Justin Peters**

Recientemente estuve en el mar Muerto, donde visité Qumran. Ese lugar tuvo un gran efecto sobre mí, porque me trasladó mentalmente en el tiempo hasta Jesús. Verás, en unas cuevas de Qumran, un pastor beduino descubrió por casualidad, en el año 1947, una serie de rollos escritos entre el siglo III a. C. y el I d. C. Esos manuscritos contenían fragmentos de todos los libros del Antiguo Testamento excepto Ester. Este descubrimiento nos permite conocer cómo eran exactamente los textos que se leían en los tiempos de Cristo. Ver, por ejemplo, el rollo de Isaías que se encontró allí y que hoy está en el Santuario del Libro en Jerusalén es una experiencia impresionante, porque así se veía el rollo que Jesús leyó en la sinagoga (ver Luc. 4: 16-17).

La arqueología ha dado más vida si cabe a las Sagradas Escrituras, porque los eruditos han podido descubrir que las diferencias entre el contenido de los rollos del mar Muerto y nuestras Biblias modernas son escasas e insignificantes. Como dice el *Comentario bíblico adventista:* «Los rollos dan un testimonio elocuente de la fiel transmisión del texto de la Biblia hebrea a lo largo de los siglos cuando la Biblia se copiaba a mano. El descubrimiento de los Manuscritos del mar Muerto nos ha proporcionado una prueba de que en el Antiguo Testamento todavía poseemos la Biblia de Jesucristo en la misma forma que él conocía» (t. 1, p. 38).

«Cuanto más cavamos en las Escrituras, más nos parecen una mina inagotable de verdad», decía el teólogo, predicador y escritor Charles Spurgeon. Y es porque Dios ha velado desde el principio no solo para que fueran escritas, sino también para que llegaran a nuestras manos prácticamente idénticas en contenido a sus versiones originales. Esto es maravilloso, porque nos da más razones aún para creer en lo que narran y para confiar en el Dios que las inspiró.

Los mismos textos sagrados que formaron la base de la fe de Jesús están a tu disposición hoy, libremente y a precios asequibles (o gratis). ¿Qué excusa tienes, pues, para no leerlos? ¿Será que es posible ser cristiana sin recurrir diariamente a esa fuente que da testimonio de Cristo y del carácter de Dios (ver Juan 5: 39)?

Si deseas que Dios te hable mucho, abre tu Biblia y léela mucho, mucho, mucho. Y mucho.

***«Toda Escritura está inspirada por Dios y es útil para enseñar y reprender, para corregir y educar en una vida de rectitud, para que el hombre de Dios esté capacitado y completamente preparado para hacer toda clase de bien» (2 Tim. 3: 16-17).***

# La Biblia que leyó Jesús

***«Erráis, ignorando las Escrituras».***
**Jesús**

En los días de Jesús ya existía la Biblia hebrea, que es lo que conocemos hoy como Antiguo Testamento. Lo llamamos así para distinguirlo del «Nuevo», en el que se narra la vida y obra de Jesús y que fue escrito, inspirado por Dios, después del paso del Maestro por este mundo. Pero mientras él estaba vivo, leía la Biblia hebrea (como digo, nuestro actual «Antiguo Testamento»), que no estaba dividida igual que la conocemos hoy, en 39 libros, sino en tres secciones.

Las tres secciones de la Biblia hebrea (la Palabra de Dios que Jesús leía) eran: 1) *La ley*, es decir, la *torah*, que contenía los cinco libros de Moisés o «Pentateuco». 2) *Los profetas*, subdivididos en cuatro anteriores y cuatro posteriores (los doce profetas menores formaban un solo libro). 3) *Los escritos*, que eran los once libros restantes (Esdras-Nehemías formaban un solo libro, así como 1 y 2 Crónicas que, por cierto, era el último libro).

Cuando Jesús dijo: «Era necesario que se cumpliera todo lo que está escrito de mí en *la Ley de Moisés, en los Profetas y en los Salmos*» (Luc. 24: 44, RV95) estaba aludiendo a esta división: 1) la ley de Moisés o Pentateuco; 2) los profetas; 3) los escritos, cuyo primer libro era Salmos. Y cuando dijo a los fariseos: «A la gente de hoy Dios le va a pedir cuentas de la sangre de todos los profetas, [...] desde la sangre de Abel hasta la de Zacarías» (Luc. 11: 50-51), también estaba reconociendo implícitamente esta subdivisión en tres, pues Abel se menciona en el primer libro de la Biblia (Gén. 4: 8) y de Zacarías se habla en 2 Crónicas, el último libro de la Biblia hebrea (ver 24: 20-22).

Queda claro en el Nuevo Testamento que Jesús creía en la autoridad e inspiración del Antiguo Testamento (Biblia hebrea). Y es un privilegio para nosotras tener acceso a esos mismos escritos que leyó Jesús, y que constituyeron la base de su pensamiento y comprensión del carácter del Padre. ¡¡¡Y en nuestro idioma!!! Con esa misma base podemos formar nuestro pensamiento de tal modo que nuestra fe sea sólida; pero si no recurrimos a esa base, no podemos esperar de forma mágica tener un conocimiento completo de las cosas de Dios.

No erremos por causa de nuestra ignorancia de las Escrituras.

***«Si creyeseis a Moisés, me creeríais a mí, porque de mí escribió él. Pero si no creéis a sus escritos, ¿cómo creeréis a mis palabras?» (Juan 5: 46-47, RV60).***



# No conozco el temor

***«A nada en la vida se le debe temer. Solo se lo debe comprender».***
**Marie Curie**

Sucedió en el Hotel Carlton de Ginebra, en Suiza, en el año 1933. Joseph Goebbels, el que pocos años después sería ministro de Propaganda de Hitler, asistía a una reunión de la Liga de Naciones. Durante un receso, posó con su mejor sonrisa para el fotógrafo de la revista *Life*. Si pudieras ver la foto, te sorprendería la imagen de hombre encantador que proyectó para la ocasión uno de los malos más malos de la historia. Instantes después, sin embargo, alguien le pasó una nota que decía: «Ese fotógrafo es judío». La siguiente mirada de Goebbels fue de odio, rechazo y discriminación; también quedó retratada para la historia. Un hombre; un instante; dos imágenes completamente opuestas.

—¿No temiste a lo que pudiera pasarte? —le preguntó alguien posteriormente al fotógrafo, Alfred Eisenstaedt.

—Me miró con ojos de odio, esperando que yo retrocediera —le explicó Eisenstaedt—, pero yo no retrocedí. Cuando tengo una cámara en las manos, no conozco el temor.*

«No conozco el temor» es una frase que todas quisiéramos pronunciar. Sin ir más lejos, a mí me da temor el racismo, la violencia, perder a mis seres queridos... La lista es larga. Y tú tendrás tus propios temores. Por eso bien merece la pena hablar hoy de este tema. Y la Biblia tiene mucho que decir al respecto.

Según las Escrituras, existen dos tipos de temor. Por decirlo así, uno es el temor bueno: «El principio de la sabiduría es el temor del Señor» (Sal. 111: 10); el otro es el temor malo, y somos llamadas a conquistarlo con la ayuda de Dios. Porque «Dios no nos ha dado un espíritu de temor, sino un espíritu de poder, de amor y de buen juicio» (2 Tim. 1: 7). Para vencer este tipo de temor, que no viene de Dios ni conduce a nada bueno, hemos de amar al Señor y confiar en él plenamente, sea lo que sea que esté sucediendo en nuestra vida. Lo sé, es más fácil decirlo que hacerlo.

Vivimos en un mundo en conflicto, y esto es algo que debemos comprender. Nos ayudará a vencer el miedo, junto con la promesa del Señor: «No tengas miedo, pues yo estoy contigo; no temas, pues yo soy tu Dios» (Isa. 41: 10). Un Dios que es amor, y el amor echa fuera el temor (1 Juan 4: 18).

***«Puedo cruzar lugares peligrosos y no tener miedo de nada, porque tú eres mi pastor y siempre estás a mi lado; me guías por el buen camino y me llenas de confianza» (Sal. 23: 4, TLA).***

* Juan Eslava Galán, *La Segunda Guerra Mundial contada para escépticos* (Barcelona: Planeta, 2015), «Introducción».

# ¿Quién dirige tu vida, tu celular o tú?

***«El silencio es la primera piedra del templo de la sabiduría».***
**Pitágoras**

Según los expertos, el uso excesivo del celular tiene cuatro consecuencias negativas:*

1. Disminuye nuestra capacidad de concentración.
2. Aumenta nuestra ansiedad.
3. Potencia nuestra sensación de soledad.
4. Causa depresión.

Ahora, considerando estos datos, piensa en lo siguiente...

1. *Si el uso excesivo del celular disminuye tu concentración*, ¿no crees que afecta a tu capacidad de escuchar a Dios en silencio; de orar pensando lo que dices; y de leer la Biblia con entendimiento? ¿No crees que limita tu capacidad de reflexionar sobre las cuestiones fundamentales de la vida, de manera que tu conciencia quede sólidamente edificada?
2. *Si el uso excesivo del celular aumenta tu ansiedad*, ¿no crees que se opone frontalmente al deseo del Maestro de darte paz y sosiego? ¿Es inteligente, pues, contrarrestar la influencia divina por causa de un aparato electrónico?
3. *Si el uso excesivo del celular potencia nuestra sensación de soledad*, ¿no crees que debemos dejarlo a un lado varias horas cada día para poder conectar con Dios? Con Dios en nuestra vida, es imposible sentirse sola.
4. *Si el uso excesivo del celular causa depresión* —y ese es el más oscuro de todos los pozos—, ¿no sería lo más inteligente alejarse de él?

Si lo analizas bien, verás que a través de tu celular entra demasiado ruido a tu vida (redes sociales, videos de YouTube, conversaciones innecesarias, música, publicidad y propaganda que no interesan...), cuando lo que Dios quiere, para encontrarse a solas contigo, es que hagas silencio. ¿Por qué? Teresa de Calcuta lo explica muy bien: porque «el fruto del silencio es la oración. El fruto de la oración es la fe. El fruto de la fe es el amor. El fruto del amor es el servicio. El fruto del servicio es la paz». ¿Entiendes lo que te pierdes al dedicarle tanto tiempo al celular?

Te reto a intentar reducir ese tiempo que le dedicas, porque es un requisito indispensable para dos cosas: 1) tener una relación significativa con Dios; y 2) ser tú quien dirige tu propia vida.

***«Porque así dijo Jehová el Señor, el Santo de Israel: En descanso y en reposo seréis salvos; en quietud y en confianza será vuestra fortaleza. Y no quisisteis» (Isa. 30: 15, RV60).***

* Javier Cortés y Olivia López Bueno, «¿Serías capaz de pasar 24 horas sin mirar el móvil?», *El País*, 29 de julio de 2019.



# Dichosos los que sufren

***«Sabiendo sufrir, se sufre menos».***
**Anatole France**

El sufrimiento tiene un sentido; lo que pasa es que, mientras sufrimos, somos incapaces de verlo. Por eso entrenamos a nuestro cerebro a huir del dolor y el sufrimiento. Y cuando nos golpea, nos acorralamos aún más a nosotras mismas haciéndonos esa pregunta que es en realidad un reproche a Dios y que en nada nos ayuda: «¿Qué he hecho yo para merecer esto?». Nada, seguramente no has hecho nada, pero esa no es la pregunta significativa. La pregunta acertada, en todo caso, iría en la línea de: «¿Tiene algún sentido este dolor? ¿Puede resultar algo bueno del sufrimiento que estoy pasando?».

La psiquiatra Marian Rojas Estapé* responde con un enfático «sí». El sufrimiento tiene un sentido precisamente porque de él pueden derivar cuatro cosas que no solo resultan buenas, sino necesarias:

1. *El sufrimiento nos ayuda a reflexionar* en la esencia de muchas cuestiones de nuestra vida que estaban pasando sin examen moral. Cuando el dolor llega, nos fuerza a encontrarle sentido no solo a él, sino a nuestra forma de vivir. ¿Será que tiene sentido nuestra rutina diaria?
2. *El dolor posee un valor espiritual*, porque eleva nuestra visión de la vida, haciéndonos mirar con una óptica diferente, enseñándonos a apreciar lo que antes no valorábamos y haciéndonos más sensibles hacia el que sufre. ¿Será que nuestra visión de la vida es espiritual?
3. *El sufrimiento nos lleva a aceptar nuestras limitaciones.* A nuestro ego le cuesta admitir que somos vulnerables y tiende a poner nuestras opiniones personales en un pedestal para sentirse menos frágil. Nada como el dolor para darnos cuenta de que necesitamos ayuda, cariño, consuelo; solas, no podemos. ¿Será que tenemos conciencia de nuestra propia necesidad de Dios y del prójimo?
4. *El dolor nos transforma*, porque nos sensibiliza a la realidad del otro, haciéndonos más humanas, más capaces de sentir compasión.

El dolor y el sufrimiento, sanamente aceptados, nos liberan del egoísmo, nos hacen personas maduras, empáticas y crean a nuestro alrededor un lugar más acogedor para vivir y apropiado para predicar el evangelio y verlo florecer. Por eso «los sufrimientos ligeros y efímeros que ahora padecemos producen una gloria eterna que vale muchísimo más que todo sufrimiento» (2 Cor. 4: 17, NVI).

***«El sufrimiento produce perseverancia; la perseverancia, entereza de carácter; la entereza de carácter, esperanza» (Rom. 5: 3-4, NVI).***

* *Cómo hacer que te pasen cosas buenas* (Barcelona: Espasa, 2018), p. 33.

# A veces, primero es la fe y después la convicción

*«Nadie quiere ser definido por la mayor lucha interna que tiene en la vida».* **Harriet Lerner**

La orden de Jesús «no juzguéis, para que no seáis juzgados» fue un dilema para mí en los comienzos de mi caminar cristiano. Creía yo que juzgar era algo que una hacía en defensa propia, un mecanismo de protección contra ciertas personas que hacían daño. Sin embargo, no podía tapar el sol con un dedo: la frase estaba ahí una y otra vez, «no juzguéis para que no seáis juzgados». O sea, Jesús me estaba diciendo: «Mónica, no juzgues a nadie, para que el Padre no te juzgue a ti o, lo que es lo mismo, no te condene por ese juicio que, tal vez tú consideras acertado, pero ciertamente no lo es». Así que decidí ponerlo en práctica por fe, todavía sin el convencimiento pleno del porqué es necesario no juzgar.

Con el tiempo, al ir adaptándose mi cerebro a esa vivencia práctica de intentar no juzgar (confieso que aún no lo logro del todo) fui entendiendo por qué es un error tan grande juzgar al prójimo. Cuando juzgamos, reducimos a esa persona al defecto que podemos observar en ella (y ojalá nuestra manera de observar fuera acertada, pero casi nunca lo es). Lo cierto es que es una injusticia reducir a alguien a uno de sus defectos, errores o pecados. Nadie quiere ser definido por la mayor lucha interna que tiene en la vida.

Tú no eres ese momento de vulnerabilidad de tu pasado que una vez le contaste a alguien en confianza; tú no eres el estigma que te han colgado en la iglesia por aquel error que cometiste; tú no eres la depresión que ahora mismo te tiene atada; tú no eres tus defectos de carácter; tú no eres el fracaso matrimonial que sufriste... Y quien quiera reducirte a eso, todavía no ha entendido el mensaje de Cristo ni el poder divino para transformar a las personas.

Por eso, te animo a normalizar en tu vida el hábito de no juzgar, de no reducir a otro ser humano a su lucha interna. Al fin y al cabo, lo que tú puedes ver es apenas la punta del iceberg de su vida, lo que se muestra en la superficie. La parte más significativa y profunda está oculta para ti, pero no para Dios, que es quien obra la salvación puliendo ese hielo. Si aún no eres capaz de comprender esto, da el paso de practicarlo por fe. Pronto se abrirá tu entendimiento.

***«No juzguéis, para que no seáis juzgados, porque con el juicio con que juzgáis seréis juzgados, y con la medida con que medís se os medirá»***
***(Mat. 7: 1-2, RV95).***

https://vidakristiana.blogspot.com/



# Uno de los privilegios de ser cristiana

*«Soy muchas cosas, pero ninguna de ellas me define».* **Walt Whitman**

El pasaje bíblico que utilizamos en la lectura de ayer, «no juzguéis, para que no seáis juzgados» (Mat. 7: 1, RV95), concluye con unas palabras de Jesús no menos cruciales: «Saca primero la viga de tu propio ojo, y entonces verás bien para sacar la paja del ojo de tu hermano» (vers. 5). Este es el aspecto más poderoso del hábito cristiano de no juzgar: te permite tener ese tipo de visión que ayuda al prójimo a quitar la paja de su ojo.

Yo entiendo este concepto de la siguiente manera: al no juzgar, es decir, al no reducir a otra persona a nuestro concepto de ella porque, al fin y al cabo, qué importancia podría tener eso en su caminar cristiano, sucede algo maravilloso y es que la otra persona se siente libre para ser quien es ante nosotras. Y en esa libertad, que es en realidad un apoyo, recibe la invitación a cambiar para mejorar.

Cuando alguien ve en ti un modo de vivir que no juzga a los demás, sino que intenta trabajarse a sí misma para parecerse a Jesús, se siente motivado a emprender ese mismo camino y libre para cometer los errores de la inmadurez espiritual. De ese modo, nuestra aceptación plena de quien la persona es y del momento de su vida en que se encuentra, es una semilla que le permite germinar, crecer y desarrollarse hasta llevar ese tipo de fruto que no es otra cosa que el fruto del Espíritu.

Amiga, eso es precisamente lo que hace Dios con nosotras: nos acepta como somos y nos perdona; y es en esa aceptación y ese perdón totales donde encontramos la semilla que nos permite germinar. ¿Robarás tú a otro ser humano la posibilidad de recibir esa semilla o serás, con tu actitud hacia el prójimo, esa sembradora que, sin fijarse en el tipo de terreno en el que siembra, simplemente hace el bien sin mirar a quién? Te aseguro que las dos respuestas posibles a esta pregunta llevan a vivir dos estilos de vida completamente diferentes; tanto, como diferentes son los frutos que se cosechan.

Sería interesante desarrollar ese tipo de visión que permita a Dios usarnos como instrumentos útiles en el desarrollo cristiano de las personas con las que nos relacionamos cada día. Si no desarrollamos esa visión, nos perdemos el privilegio de ayudar al prójimo a ver mejor también.

***«Saca primero la viga de tu propio ojo, y entonces verás bien para sacar la paja del ojo de tu hermano»***
***(Mat. 7: 1-2, 5, RV95).***

# Úsala o piérdela

***«Para que una parte del cerebro cambie, debemos activar esa parte del cerebro».***
**Bruce Perry**

¿Has oído hablar de la neuroplasticidad? Es la capacidad de nuestro cerebro de reestructurarse y cambiar. Durante siglos se creyó que nuestro cerebro nos limitaba a ser de determinada manera, pero hoy se sabe que «una de las cualidades más destacadas del cerebro es su capacidad de cambiar y adaptarse a nuestro mundo individual. Las neuronas y las redes neuronales hacen cambios físicos cuando son estimuladas, y la manera de estimularlas es la experiencia práctica. [...]

»Un principio clave de la neuroplasticidad es la especificidad, es decir, que para que una parte de nuestro cerebro cambie, esa parte específica debe ser usada y activada. Si quieres aprender a tocar el piano, no puedes limitarte a leer sobre cómo tocar el piano, o a ver a alguien en YouTube tocando el piano; debes poner tus manos en el teclado y tocar. Tienes que estimular las partes del cerebro implicadas en el acto de tocar el piano, si quieres que tu cerebro cambie».*

Si queremos aprender a vivir una religión verdadera, no podemos limitarnos a leer sobre religión, o a ver a alguien predicando en YouTube; debemos estimular nuestra parte del cerebro asociada con la vivencia de la fe. ¿Cómo? Mediante la experiencia práctica de esa fe.

¿En qué consiste la verdadera religión? «Cristo nos ha dicho que la verdadera religión es el ejercicio de la compasión, la misericordia y el amor en el hogar, en la iglesia y en el mundo. [...] La verdadera religión, libre de toda mancha delante del Padre es esta: "Visitar a los huérfanos y a las viudas en sus tribulaciones y guardarse sin mancha del mundo" (Sant. 1: 27). Las buenas obras son los frutos que Cristo quiere que produzcamos: palabras amables, actos de misericordia, de tierna solicitud hacia los pobres, los necesitados, los afligidos».**

Nuestro cerebro puede cambiar para que seamos cristianas de verdad. Pero hay un principio básico para lograrlo: pasar de la teoría a la práctica. Tenemos que estimular las partes de nuestro cerebro implicadas en la religiosidad. ¿Cómo? Practicando esos principios esenciales de la verdadera religión: compasión por el que sufre, actos de misericordia con el que no tiene, amor hacia el marginado, generosidad con el pobre, perdón a quien nos ha ofendido, palabras amables...

***«En el amor se cumple perfectamente la ley» (Rom. 13: 10).***

* *What happened to you* (Nueva York: Flatiron Books, 2021), p. 73.
** Elena G. de White, *El ministerio de la bondad* (Doral, Florida: IADPA /México D. F.: GEMA, 2012), cap. 4, pp. 33-34.



# *Domini sumus*

***«Si el Hijo los libera, serán ustedes verdaderamente libres».***
**El apóstol Juan**

Lutero, que tenía por costumbre viajar a pie, pidió una vez alojamiento a unos sencillos campesinos que, sin saber que él era el gran héroe de la Reforma, le abrieron las puertas de su casa. Cuando descubrieron que habían alojado al mismísimo Martín Lutero, se negaron a recibir ningún tipo de compensación económica por parte de él, pero sí le pidieron que les escribiera alguna frase en una de las paredes de la casa. Lutero escribió: «Domini sumus».

—¿Qué significa esa frase? —le preguntó el campesino.

—Tiene doble significado —explicó Lutero—: puede significar «somos del Señor» y también «somos señores».*

Ese es precisamente nuestro privilegio: ser «señores» de nuestra vida porque somos del Señor. Parece una contradicción, pero no lo es. La pertenencia al Señor es lo que permite que caminar en sus caminos y obedecer sus principios sea la expresión máxima de nuestra libertad.

El perdón que Dios nos ha dado es la llave de nuestra libertad emocional, porque es el requisito imprescindible para nuestra paz interior. El amor a Dios es lo que quita el temor de nuestra vida y, por lo tanto, nos permite vivir sin miedo (al qué dirán, al qué pensarán, a ser juzgadas por otros seres humanos...). En la creación (el Señor nos creó) y la redención (el Señor nos redimió) tomamos perspectiva de quiénes somos realmente en comparación con la Divinidad, y la humildad que surge en nosotras como resultado nos lleva a ser libres, pues elimina de la ecuación nuestra necesidad de andar defendiendo el yo. Es el Señor nuestro defensor, puesto que de él somos, y eso, nuevamente, nos hace libres.

«Cristo nos libertó para que vivamos en libertad. Por lo tanto, mantente firme y no te sometas nuevamente al yugo de esclavitud» (Gál. 5: 1, NVI).

Seguir siendo «señora» de tu propia vida tiene un requisito previo: mantenerte firme en Cristo. Y esa es la paradoja: creemos que para ser libres es imprescindible no pertenecer a nadie. Mentira. Para ser libres hay que conocer la verdad, la verdad nos hará libres (Juan 8: 32); y la verdad, el camino y la vida es Jesús (Juan 14: 6).

Si eres de Jesús, eres señora de tu vida, pues esa pertenencia al Señor es lo que hace que caminar en sus enseñanzas sea la expresión de tu máxima libertad. Grábatelo en las paredes de tu mente.

***«Ustedes han sido llamados a ser libres; pero no se valgan de esa libertad para dar rienda suelta a sus pasiones» (Gál. 5: 13, NVI).***

* Roberto Herrera, *Soy miembro de iglesia, ¿ahora qué hago?* (Doral, Florida: IADPA, 2019), p. 73.

# Sé sabia

***«El necio da rienda suelta a su ira, pero el sabio la reprime».***
**Salomón**

Cuenta James Dobson el caso de una familia que se va de vacaciones y, a medida que se van acumulando los kilómetros, también se va acumulando la ira del padre porque sus dos hijos varones, en el asiento de atrás, no dejan de quejarse, protestar, pelear, reñir y discutir. Finalmente, la paciencia del padre se agota. Da un volantazo al auto para salirse de la carretera, saca bruscamente a los dos niños afuera, les da dos nalgadas y después les grita:

—¡¡¡No puedo soportarlo más!!! Si vuelven a decir una sola palabra cualquiera de los dos en los próximos treinta minutos, van a tener problemas conmigo.

Exactamente media hora después, el mayor pregunta con timidez:

—Papá, ¿ya podemos hablar?

—A ver, ¿qué tienes que decir? —le ladra el padre.

—Que cuando nos azotaste antes, se me salió un zapato. Allá quedó, media hora más atrás.*

Media hora que nos persigue; eso es lo que pasa cuando se deja salir la ira sin control: los «zapatos» se las arreglan para «salirse»; inevitablemente, siempre se vuelve contra una misma. No me malinterpretes; la ira, en sí misma, no es pecado («airaos, pero no pequéis», leemos en Efesios 4: 26), es una emoción humana básica; pero cuando se sale de control... empeorará una situación ya de por sí mala.

La ira es peligrosa, y del peligro hay que huir.

La Biblia nos da a entender que no hay nada glorioso en airarnos; al contrario: «La discreción del hombre le hace lento para la ira, y su gloria es pasar por alto una ofensa» (Prov. 19: 11, LBA). ¿Glorioso pasar por alto una ofensa? ¿No es eso de tontos, de personas que no saben hacerse valer? Pues depende de qué criterio rija tu vida. Si quieres que el criterio que rija siempre tu vida sea el de la Palabra de Dios, la respuesta es rotunda y categórica: no solo no es de tontos pasar por alto la ofensa, sino todo lo contrario: es de gente discreta, prudente, espiritual, segura en Cristo.

¿Significa eso que debo dejarme maltratar? No, claro que no. Significa que sea lo que sea lo que tengas que hacer para hacerle saber a una persona que se ha extralimitado contigo (o que ha llegado al colmo de tu paciencia), no lo hagas a través de una ira incontrolada. Hazlo con serenidad y después de una oración. Incluye a esa persona en tu oración.

***«La ira del hombre no obra la justicia de Dios»***
***(Sant. 1: 20, RV95).***

* James Dobson, *Bringing up Boys* [criar hijos varones] (Wheaton, Illinois: Tyndale House).



# «Cristiana»

***«Ser cristiano es ser semejante a Cristo».***
**Elena G. de White**

La palabra *shem* del hebreo bíblico, traducida al español generalmente como «nombre», quería decir originalmente «señal». El nombre era, en la cultura judía, la señal de la persona que lo llevaba, su rasgo más característico. El nombre de una persona era, en realidad, una descripción de esa persona, una señal por medio de la cual se la podía conocer.

Cuando leemos, por ejemplo, en Juan 2: 23: «Mientras estaba en Jerusalén, en la fiesta de la Pascua, muchos creyeron en su nombre al ver las señales que hacía», lo que estamos leyendo en realidad no es que mucha gente creyó que Jesús se llamaba Jesús, que ese era su nombre, sino que la persona que tenían delante era en realidad el Mesías, el Cristo, como se hacía llamar.

Leyendo el Antiguo Testamento descubrimos nombres con los cuales Dios eligió revelarse a nosotros, sus hijos, porque eran una señal de su persona, mostraban un rasgo de su carácter. Era, en fin, una forma en que se nos daba a conocer. *Elohim*, que significa «fuerza», «poder», y que se usa más de 2,500 veces en las Escrituras, te habla de un Dios tan poderoso que lo creó todo de la nada, y tan fuerte que es «el Señor de los ejércitos». *El-Roi*, «el Dios que me ve», te dice que no existe ninguna circunstancia de tu vida en que él no vea tu situación y vele por tu bienestar. No solo eso, sino que *Emanuel*, «Dios con nosotros», te dice que, pase lo que pase, nunca estarás sola, porque él siempre está contigo.

En nuestra cultura, los nombres propios no son una señal de lo que somos, aunque muchas veces nuestros padres, cuando nos ponen el nombre, dejan entrever su deseo de que nos parezcamos al personaje bíblico o histórico cuyo nombre han elegido darnos. Pero hay un nombre que nosotras mismas tomamos un día la decisión de llevar: «cristiana». Este nombre, que usamos para darnos a conocer a otras personas, ¿revela realmente un rasgo de nuestro carácter?

Cuando yo digo de mí misma que soy «cristiana», ¿pueden otros ver realmente que es así y creer en mi nombre, es decir, darse cuenta de que hay una coherencia entre ese nombre que uso como señal externa y la persona interna que soy? Si no es así, estamos atribuyéndonos un nombre que no nos corresponde, porque el asunto es sumamente claro: «Ser cristiano es ser semejante a Cristo». Más claro, imposible.

Vale la pena pensar en ello. Vale la pena llevar el nombre correcto. Vale la pena dejarle claro a todo el mundo que el nombre que llevamos puesto dice realmente quiénes somos.

***«A los discípulos se les llamó cristianos por primera vez en Antioquía»***
***(Hech. 11, 26, RV95).***

# Cuando la razón es irracional — 1ª parte

***«No nos afecta lo que nos sucede, sino lo que nos decimos sobre lo que nos sucede».*** **Epicteto**

Epicteto, filósofo del siglo I que fue esclavo durante su infancia, nos enseña un principio esencial para la vida cristiana. Lo derivamos de un relato que se cuenta sobre él, tal vez aumentado con el tiempo; es difícil saber si cosas sucedidas hace dos mil años sucedieron tal como se cuentan. Pero quedémonos con lo que podemos aprender. Una imagen vale más que mil palabras.

Epicteto, cargado de caros perfumes, se dirigía con su amo, Epafrodito, a casa de una viuda millonaria para hacer una venta. Unos niños que corrían por la calle se cruzaron en su camino, haciéndole perder el equilibrio. Segundos después, los frascos de perfume se estrellaban contra el suelo. «¡¡¡Zas!!!», sonó el golpe que Epafrodito le propinó en una pierna con su bastón. «¡¡¡Así aprenderás a tener cuidado!!!», le gritó después. Epicteto no dijo nada; y mantuvo el silencio tras el siguiente golpe, y tras el siguiente...

—¡¿No te duele?! —le preguntó el amo—. ¡¡¡Pues ahí tienes otro!!!

—Cuidado —le dijo Epicteto—; se le va a romper el bastón.*

Sí, seguro que le dolía; sí, seguro que le producía emociones como la rabia; pero ni el dolor ni la rabia obligaban a Epicteto a reaccionar de una forma que él no decidiera. Sabía que los hechos externos provocan emociones internas, pero que entre unos y otros, antes de pasar a la acción, hay un filtro: los pensamientos. Esos estaban sometidos a su voluntad, y no a la de quien pretendiera causarle daño.

Para nosotras, las mujeres cristianas, la ecuación debiera ser siempre la misma: entre los hechos externos dolorosos que nos suceden y la emoción que nos generan internamente (y que quiere provocarnos a reaccionar mal) hay un filtro: nuestros pensamientos, el diálogo interno que se produce en nuestra cabeza. Para crecer en Cristo, debemos tener esto claro. Somos humanas y, como tal, tenemos pensamientos humanos; pero antes de pasar a la acción, sometámoslos a Cristo; que lo que hacemos y decimos sea en obediencia a sus principios.

No son las emociones incómodas, difíciles e impredecibles, las que condicionan tu vida, sino los pensamientos que tienes a causa de ellas. Permite que el Señor te enseñe a gestionarlos de manera que haga de ti una luz para otros, por cómo conservas siempre la paz interior. Somete todo pensamiento a él, para que no te alejes de una obediencia racional a su Palabra; obediencia fundamentada, por supuesto, en la fe.

***«Todo pensamiento humano lo sometemos a Cristo, para que lo obedezca a él» (2 Cor. 10: 5).***

* Rafael Santandreu, *El arte de no amargarse la vida* (Barcelona: Grijalbo, 2019), pp. 29-31.



# Cuando la razón es irracional — 2ª parte

***«Cuando yo era niño, pensaba como niño, juzgaba como niño; pero cuando ya fui hombre, dejé lo que era de niño».*** **El apóstol Pablo**

¿Será que debemos creernos sin rechistar todo lo que nos dice nuestra mente? No, claro que no. Eso es propio de la inmadurez, de no ser lo suficientemente profundas para analizar los porqués de nuestros pensamientos, de tal manera que aprendamos a pensar y a juzgar mejor (es decir, más bíblicamente, menos emocionalmente). Pongamos un ejemplo.

Tal vez has pensado alguna vez: «Mi esposo me pone de los nervios». Si analizas bien esa conclusión de tu pensamiento (que te repites en tu monólogo interno), te darás cuenta de que tu esposo no te pone de los nervios, tú te pones de los nervios ante la forma de proceder de él. Y en última instancia lo que genera esa emoción descontrolada en ti no es tanto lo que él hizo o dijo, sino el no haber sabido entender y darle la perspectiva correcta a lo que él dijo o hizo, para que no te lleve a perder tu paz interior.

Siendo que no puedes cambiar a los demás (aunque sí puedes orar por ellos), es importante que trabajes esas creencias internas que, de lo contrario, pueden convertirte en una olla a presión. Aquí tienes tres preguntas que puedes hacerte cuando te asalte un diálogo interno que te hace daño:

1. Esto que mis pensamientos me dicen, ¿es objetivamente cierto o es una exageración de mi percepción?
2. ¿Lo estoy sometiendo a Cristo como validador de todo lo que pienso?
3. ¿Está de acuerdo con cómo la Biblia me indica que debo pensar?

Estos son tres principios bíblicos sobre cómo pensar:

- «Todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad» (Fil. 4: 8, RV95). *¿Es esta la predisposición de tu diálogo interno?*
- «Piensen en las cosas del cielo, no en las de la tierra» (Col. 3: 2). *¿Es lo espiritual más importante en tu manera de pensar que lo mundano?*
- «No piensen ustedes como niños. Sean como niños para lo malo; pero sean adultos en su modo de pensar» (1 Cor. 14: 20). *¿Está la inmadurez dominando toda tu estructura mental?*

***«Deben cambiar completamente su manera de pensar, y ser honestos y santos de verdad, como corresponde a personas que Dios ha vuelto a crear, para ser como él» (Efe. 4: 23-24, TLA).***

# Cuando la razón es irracional — 3ª parte

***«Si la vida te da limones, haz limonada».*** **Refrán anglosajón**

Según el psicólogo Rafael Santandreu, tenemos tres creencias irracionales básicas:*

1. Debo hacerlo todo bien.
2. La gente debería tratarme bien.
3. Las cosas deberían salirme bien.

Por eso, cuando 1) cometemos errores; 2) alguien nos trata mal; o 3) las cosas no nos son favorables, nos frustramos y decepcionamos. La madurez tiene que ver con alejar de nuestra mente esas razones irracionales que son, en realidad, exigencias infantiles. Como cristianas, debemos partir de tres creencias básicas:

1. *Somos seres nacidos en pecado*, por lo tanto, no solo no lo hacemos todo bien, sino que cometemos errores (e injusticias).
2. *Vivimos en un mundo en conflicto entre el bien y el mal*, por lo tanto, la maldad se hará presente en nuestra realidad cotidiana (de eso puedes estar segura).
3. *Al Jesús, a quien imitamos, las cosas no le fueron favorables* (recibió crítica, rechazo, persecución, incomprensión por parte de su familia y una muerte ignominiosa), ¿cabe que esperemos en nuestra vida grandes privilegios?

Una cosa es desear hacer lo que viene a nuestra mano con excelencia, que la gente nos trate bien o que el futuro nos sea favorable; pero convertir esos deseos en necesidades es abrir la puerta a la infelicidad (insatisfacción, ansiedad, tristeza). Lo que tiene sentido es aprovechar todo lo que la vida pone en nuestro camino para el crecimiento cristiano individual y la difusión del evangelio, que es nuestra aportación a la cultura colectiva.

No seas esclava de necesidades inventadas; no dejes ganar terreno en tu mente a razonamientos irracionales. Que tu referencia sea la Biblia:

1. «Me doy cuenta de que, aun queriendo hacer el bien, solamente encuentro el mal a mi alcance. [...] Veo en mí algo que se opone a mi capacidad de razonar: es la ley del pecado. [...] ¿Quién me librará del poder de la muerte que está en mi cuerpo? Solamente Dios» (Rom. 7: 21-25).
2. «Dichosos ustedes, si alguien los insulta por causa de Cristo, porque el glorioso Espíritu de Dios está continuamente sobre ustedes» (1 Ped. 4: 14).
3. «Consideramos felices a los que soportan con fortaleza el sufrimiento. Ustedes han oído cómo soportó Job sus sufrimientos, y saben de qué modo lo trató al fin el Señor, porque el Señor es muy misericordioso y compasivo» (Sant. 5: 11).

***«Me mostrarás el camino de la vida. Hay gran alegría en tu presencia; hay dicha eterna junto a ti» (Sal. 16: 11).***

* *El arte de no amargarse la vida* (Barcelona: Grijalbo, 2019), pp. 57-76.



# Sé el tipo de persona que quisieras conocer

***«El amor al prójimo es la principal forma de bondad».*** **Gustave Flaubert**

Juan, el leñador, decidió comprarse una sierra eléctrica para que su trabajo fuera más productivo. Una mañana, mientras talaba árboles con su nueva sierra eléctrica, el aullido de un lobo lo distrajo, y se hirió de gravedad en las dos piernas. Los médicos no pudieron hacer nada para salvárselas: Juan quedó confinado a una silla de ruedas. Cuando sus familiares se dieron cuenta de que estaba deprimido, le aconsejaron ir al psicólogo.

Tras cinco minutos de charla con Juan, el psicólogo creyó que su depresión se debía a la pérdida de sus extremidades; fue grande su sorpresa cuando escuchó:

—No es eso lo que me deprime, lo que me deprime es el cambio de trato que estoy recibiendo ahora de mis amigos. Antes me venían a buscar para salir a pasear, pero ya no lo hacen; los viernes íbamos a nadar al río, pero ya no me llevan; ninguno me ha vuelto a llamar para hacer nada juntos.

—Pero no han dejado de invitarte por desamor o rechazo —trató de explicarle el psicólogo—, sino porque la realidad ha cambiado. Te guste o no, ya no puedes ser la persona que ellos elijan para compartir ciertas actividades. Tú ahora debes buscar personas con tu misma dificultad para hacer todas esas actividades que sí puedes hacer y no quieres dejar de disfrutar. Necesitas nuevos pares con quienes compartir las nuevas experiencias de tu vida.

«Personas con tu misma dificultad... Nuevos pares con quienes compartir», se iba repitiendo Juan de camino a casa, para buscar la sierra eléctrica. Planeaba cortarles las piernas a sus amigos, para fabricarse nuevos pares.*

¡Fabricarse nuevos pares! Qué tentación, ¿verdad? ¿Te imaginas que se pudiera cambiar a los demás conforme a nuestras necesidades y preferencias? Esa tentación no se genera en un vacío, sino en la tristeza que nos produce día a día la distancia, la frialdad, la falta de cortesía o la doble cara de los otros. Olvidamos que nosotras somos los otros de los otros (también generamos tristezas ajenas) y que la bondad y la compasión tampoco se generan en el vacío, sino en el contacto diario con otros seres humanos.

Dice Mateo 7: 12: «Traten a los demás como ustedes quieran ser tratados, porque eso nos enseña la Biblia». La Biblia nos dice que no se trata de cambiar a los demás, sino de aceptarlos como son y tratarlos como quisiéramos ser tratados. En esa actitud está toda esperanza de cambio en el otro. Lo que pasa es que hay lecciones que, aunque sean gratis, nos cuesta aprender.

***«Aceptaos los unos a los otros, como también Cristo nos aceptó para gloria de Dios» (Rom. 15: 7, LBLA).***

* Jorge Bucay, *Cuentos para pensar* (México D. F.: Océano, 2009), pp. 47-49.

# Acércate. Solo así conocerás los porqués

***«La gente es difícil de odiar vista de cerca. Acércate».***
**Brené Brown**

Hablábamos ayer de la importancia de aceptarnos los unos a los otros tal como somos, sin pretender cambiar a nadie para fabricarnos «pares» a nuestra imagen y semejanza. Pero la Biblia no solo dice que debemos aceptarnos (Rom. 15: 7), sino que va mucho más allá: «Yo [Jesús] les digo: Amen a sus enemigos, y oren por quienes los persiguen. Así ustedes serán hijos de su Padre que está en el cielo. [...] Porque si ustedes aman solamente a quienes los aman, ¿qué premio recibirán? [...] Y si saludan solamente a sus hermanos, ¿qué hacen de extraordinario? Hasta los paganos se portan así» (Mat. 5: 44-47). Ser cristiana es un nivel más elevado que ser pagana, y por lo tanto requiere una visión muy superior de la vida, de la conducta y de las relaciones interpersonales.

Se cuenta que un rey tenía envidia del sabio del reino. A pesar de su poder y de que todos le rendían pleitesía, no podía soportar que la gente admirara más al sabio que a él. Un día, urdió un plan: organizaría una cena a la cual invitaría al sabio y, al finalizar, lo llamaría al centro del salón y le preguntaría: «¿Cuándo vas a morir?». Si decía cualquier otra cosa que no fuera «hoy», el rey sacaría su espada y lo mataría. Los presentes sabrían así que el sabio no era tan sabio. Sin embargo, la respuesta del sabio fue: «Moriré un día antes que usted».

El rey quedó en silencio al darse cuenta de que se había equivocado; ahora, su odio era aún mayor.

Pensando que tal vez le ocurriría algo trágico al sabio de camino a casa, el rey le pidió que pasara la noche en palacio. «Será un honor», aceptó el sabio. Por la mañana, el rey le pidió que asistiera al consejo, y el sabio aceptó, y lo ayudó a tomar mejores decisiones que las que solía tomar. Así se estableció una rutina diaria de pasar tiempo juntos y conversar sobre los asuntos de la corte. Pasados los meses y los años, el rey llegó a considerar a aquel hombre, a quien antes odiaba, como su mejor amigo. Confiaba más en él que en ninguna otra persona.*

Eso pasa a veces cuando conocemos mejor a los demás. Acércate, pues, a ellos; al conocerlos más de cerca, quizás entiendas sus porqués. Pero antes de dar ese paso, da el paso previo: acércate a Dios. Así es como todo tiene sentido.

***«Amen a sus enemigos»***
***(Mat. 5: 44).***

* Jorge Bucay, *Cuentos para pensar* (México D. F.: Océano, 2009), pp. 33-39.





# No tomes como referencia las cosas efímeras

***«Señor, hazme saber mi fin, y cuál es la medida de mis días, para que yo sepa cuán efímero soy».*** **David, el Salmista**

En *El Principito* de Antoine Saint-Exupéry, leemos:

> «El Principito quiso registrar su flor, pero el geógrafo le dijo: "No registramos flores, porque no se pueden tomar como referencia las cosas efímeras". Cuando el Principito escuchó esto, se entristeció mucho. Se había dado cuenta de que su rosa era efímera».

Estas palabras me llevan a reflexionar: ¿Será que tomo como referencia en mi vida las cosas efímeras? ¿Existe algo permanente, firme y sólido, sobre lo que pueda sentar las bases de mi existencia, también efímera? Rotundamente sí: existen dos cosas que no son efímeras, y que constituyen la única base sólida sobre la cual apoyar toda nuestra existencia. Esas dos cosas son Dios y su Palabra.

- *Dios, el gran «Yo soy»*, cuyos «caminos [son] más altos que nuestros caminos y [sus] pensamientos, más que nuestros pensamientos» (Isa. 55: 9, RV95), que «declara el fin desde el principio» (Isa. 46: 10, LBLA). «El Dios Santo pregunta: "¿Con quién me van a comparar ustedes? ¿Quién puede ser igual a mí?". Levanten los ojos al cielo y miren: ¿Quién creó todo eso? El que los distribuye uno por uno y a todos llama por su nombre» (Isa. 40: 25-26). «El creador del cielo, el que es Dios y Señor, el que hizo la tierra y la formó, el que la afirmó, [...] dice: "Yo soy el Señor, y no hay otro"» (Isa. 45: 18). Dios, que «es el mismo ayer y hoy y siempre» (Heb. 13: 8), que es «la resurrección y la vida» (Juan 11: 25); y «en ningún otro hay salvación; porque no hay otro nombre bajo el cielo, dado a los hombres, en que podamos ser salvos» (Hech. 4: 12, RV60).
- *Y su Palabra*, que «es eterna» (Sal. 119: 89, 93). «La Palabra de nuestro Dios permanece firme para siempre» (Isa. 40: 8). «Y esta Palabra es el evangelio que se les ha anunciado a ustedes» (1 Ped. 1: 25). «En tu Palabra se resume la verdad» (Sal. 119: 160). «El cielo y la tierra pasarán, mas mis palabras no pasarán» (Mat. 24: 35).

He ahí lo único que no es efímero, sino permanente: Dios y la revelación que de sí mismo hace en su Palabra, escrita en el idioma humano. Lo único que no se tambalea en función de las circunstancias ni cambia con el tiempo. Por eso, al contrario que el Principito, nosotras tenemos hoy dos razones para estar más que alegres.

***«El hombre, como la hierba son sus días; [...] mas la misericordia del Señor es desde la eternidad hasta la eternidad, para los que le temen» (Sal. 103: 15-18, LBLA).***

# Nuestras obras

***«Quien trate de llegar a ser santo mediante sus esfuerzos por guardar la ley, está intentando algo imposible».***
**Elena G. de White**

Una niña de nueve años quería hacer algo por agradar a su madre, pues apenas unas horas antes la había hecho enojar con su mala conducta.

—¿Qué puedo hacer para que se te pase el enojo? —le preguntó.

—Nada, hija, no tienes que hacer nada.

—Pero yo quiero hacer algo —insistió la pequeña.

Como su madre no dijo más, la niña decidió prepararle un té de hierbas naturales, pues sabía que le gustaban y que siempre que se las tomaba, se relajaba. Un rato después, la pequeña llegó con un té, y la mamá se lo tomó.

—Amor —comentó la mamá—, estaba muy rico. Colaste muy bien las hierbas, no sentí ni una sola en la boca.

—Gracias, mamá. Las iba a colar con el colador, pero como no lo encontré, usé el matamoscas, que funciona igual de bien.

Al darse cuenta de la cara de horror que ponía su madre, la niña añadió:

—No te preocupes, mami, que no usé el matamoscas nuevo para que no se estropeara.

Así más o menos le tienen que parecer a Dios nuestros esfuerzos por hacer cosas que nos ganen su favor. Sin embargo, la buena noticia es que a todos nos cubre con su gracia. Lo único que nosotros podemos hacer es tener fe en el Hijo. Más allá de eso, no hay esmero suficiente ni obra tan grande a nuestro alcance que haga alguna diferencia en su relación con el pecado y los pecadores.

«Hay dos errores contra los cuales los hijos de Dios, particularmente los que apenas han comenzado a confiar en su gracia, tienen que guardarse en forma especial. El primero es el de fijarnos en nuestras propias obras, confiando en algo que podamos hacer para ponernos en armonía con Dios. Quien trate de llegar a ser santo mediante sus esfuerzos por guardar la ley, está intentando algo imposible. Todo lo que el ser humano pueda hacer sin Cristo está contaminado de egoísmo y pecado. Solo la gracia de Cristo, por medio de la fe, puede hacernos santos».*

¿Será que estamos usando el colador equivocado? ¿Será que estamos intentando algo imposible? Si nos estamos fijando demasiado en nuestras propias obras para que sean estas las que nos pongan en armonía con Dios, sí, definitivamente estamos intentando lo imposible.

***«Todas nuestras buenas obras son como un trapo sucio» (Isa. 64: 6).***

* Elena G. de White, *El camino a Cristo* (Doral, Florida: IADPA, 2005), cap. 7, pp. 89-90.



# Nuestra fe

***«El error opuesto, y no menos peligroso, consiste en sostener que la fe en Cristo nos exime de guardar la ley de Dios».*** **Elena G. de White**

Siendo que nuestras obras no pueden ponernos en armonía con Dios, confiar en ellas para lograr estar a bien con el Señor es un error del que tenemos que guardarnos. ¿Por qué? Porque esas obras nacen de un motivo egoísta. La armonía con Dios parte, precisamente, de lo contrario: de reconocer nuestro egoísmo, dejarlo a un lado admitiendo que no hay nada que podamos hacer para lograr la salvación, y acudir a Dios como somos, con fe. Ahora bien, hemos de tener cuidado de no caer en el error opuesto.

> «El error opuesto, y no menos peligroso, consiste en sostener que la fe en Cristo nos exime de guardar la ley de Dios, y que en vista de que solamente por fe llegamos a ser participantes de la gracia de Cristo, nuestras obras no tienen nada que ver con nuestra redención».*

Por supuesto que tienen algo que ver, pero no cuando nacen de nuestro deseo de hacer algo por ganarnos el favor de Dios, sino cuando nacen del amor que genera en nosotras ese amor inmerecido.

La obediencia a la ley como mero cumplimiento externo que nos hace creernos «buenas» es inútil; en cambio,

> «cuando el principio del amor es implantado en el corazón, cuando alguien es renovado a la imagen del que lo creó, se cumple en él la promesa del nuevo pacto: "Pondré mis leyes en su corazón, y las escribiré en su mente" (Heb. 10: 16). [...] La obediencia, es decir, el servicio y la lealtad que se rinden por amor, es la verdadera prueba del discipulado. Por eso dice la Escritura: "En esto consiste el amor a Dios: en que obedezcamos sus mandamientos" (1 Juan 5: 3). [...] En vez de eximirnos de la obediencia, la fe, y únicamente ella, nos hace participantes de la gracia de Cristo, y nos capacita para obedecer».**

La obediencia no es la semilla, la semilla es la fe; la obediencia es el fruto de esa fe.

> «Si el amor de Dios está en nosotros, nuestros sentimientos, nuestros pensamientos, nuestros designios, nuestras acciones, estarán en armonía con la voluntad de Dios, según se expresa en los preceptos de su santa ley».***

***«Si alguno dice: "Yo lo conozco", y no obedece sus mandamientos, es un mentiroso y no hay verdad en él» (1 Juan 2: 4).***

* Elena G. de White, *El camino a Cristo* (Doral, Florida: IADPA, 2005), cap. 7, p. 90
** *Ibid.*, p. 91.
*** *Ibid.*, p. 92.

# Si solo oras cuando tienes un problema... tienes un problema

***«La oración no es para cambiar los planes de Dios, es para confiar y descansar en su soberana voluntad». Lutero***

Una tormenta cargó contra un barco lleno de pasajeros, entre los que se encontraba un ilustre hombre de Dios.

—¡¡¡Señores, hemos chocado contra una roca y nos vamos a hundir!!! —anunció el capitán—. Sugiero que oremos fuertemente a Dios, para que nos libre de morir ahogados.

Al instante, todos se pusieron de rodillas a orar en cadena; todos, menos aquel hombre religioso al que admiraban. Él, sencillamente, permaneció sentado, sin hacer ni decir nada.

—El barco se está hundiendo y usted, al que tanto admiramos por su dependencia de Dios, ¿se queda ahí sentado y tan tranquilo? —le reclamaron los demás pasajeros—. ¿Cuándo piensa venir aquí con nosotros y dirigirnos en oración, para que Dios intervenga y no muramos hoy?

El hombre respondió:

—El miedo no es el mejor motivo para orar. Si ahora me pusiera a orar desesperadamente porque el miedo me invade, demostraría no haber entendido nada en todos estos años de relación con Dios. Desde esta silla, ya le he dicho en oración todo lo que tengo que decirle: «Señor, estamos en tus manos».

Dicen que el barco no se hundió y que todos regresaron a sus casas con un conocimiento más profundo de Dios. Conocimiento que todas necesitamos, y que se adquiere precisamente cuando llevamos una vida diaria de oración. Y es que si solo oro cuando tengo un problema... tengo un problema. Orar es otra cosa, mucho más profunda.

Decía Oswald Chambers: «Nosotros oramos cuando no hay nada que podamos hacer, pero Dios quiere que oremos antes de todo lo que hagamos». ¿Por qué? Porque es ese estilo de vida de oración diaria el que nos permite llegar a nuestras grandes crisis sin miedo, habiendo desarrollado tal confianza en Dios que, llegado el momento temido, nos lleve a decir, como dijo Jesús en su momento de angustia previo a su muerte: «No se haga lo que yo quiero, sino lo que quieres tú» (Mat. 26: 39). Porque estamos en sus manos.

La oración no es un flotador salvavidas, es el mismo mar por el que navega la embarcación de la vida cristiana. Es un hábito diario, una necesidad diaria, un privilegio diario; es esencial para la vida espiritual.

***«Oren sin cesar, den gracias a Dios en toda situación, porque esta es su voluntad para ustedes en Cristo Jesús» (1 Tesa. 5: 16-18, NVI).***

https://vidakristiana.blogspot.com/



# Solo es posible en Cristo

***«Cuando las arañas se unen, pueden amarrar incluso a un león».***
**Proverbio etíope**

Un pastor llevó a sus feligreses a visitar un manicomio. El director del centro les dio un recorrido por el lugar y, finalmente les dijo:

—Si tienen alguna pregunta, pueden hacerla.

—Doctor, ¿cuántos enfermos mentales tienen internos en esta institución? —preguntó uno.

—Quinientos cuarenta —respondió el director.

—¿Y de cuánto personal dispone para atender a quinientos cuarenta pacientes? —siguió preguntando el visitante.

—Dispongo de veintitrés personas —informó el director.

—¡¿Veintitrés personas para atender a quinientas cuarenta?! ¿No le da miedo que esos quinientos cuarenta se unan, se pongan de acuerdo y les hagan daño o les creen un problema grave?

—¿Miedo? ¡¡¡Ninguno!!! Los «locos» no se pueden unir ni poner de acuerdo.*

¿Y los cuerdos? ¿Nos podemos unir y ponernos de acuerdo? Y los hombres y mujeres en pleno uso de nuestras facultades que nos sentamos cada semana en las bancas de una iglesia, ¿podemos lograr unirnos y ponernos de acuerdo? Sí, claro que podemos, pero solo si se da una condición: que el Espíritu Santo obre en las vidas de cada uno; que lo busquemos de tal manera que produzca en nosotros su fruto: «amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, humildad y dominio propio» (Gál. 5: 22-23). Si abundaran en nuestros caracteres el amor, la paz, la paciencia, la amabilidad, la bondad, la humildad y el dominio propio, no solo sería posible que nos pusiéramos de acuerdo en aquellos aspectos en los que vivimos peleados; sería una necesidad esencial.

Dice el apóstol Pablo: «Procuren mantener la unidad que proviene del Espíritu Santo, por medio de la paz que une a todos» (Efe. 4: 3). La verdadera unidad cristiana solo es posible en Cristo, si cada día, individualmente, lo buscamos y le pedimos que su Espíritu obre en nosotras y transforme nuestro carácter. Por naturaleza, somos egoístas, necesitamos más de la naturaleza de Dios en nosotras.

¿Te imaginas todo lo que podríamos lograr si estuviéramos unidas en Cristo? Porque «donde existe unidad, siempre existe victoria» (Publio Siro).

***«En el nombre de nuestro Señor Jesucristo les ruego que todos estén siempre de acuerdo y que no haya divisiones entre ustedes. Vivan en armonía, pensando y sintiendo de la misma manera» (1 Cor. 1: 10).***

* Roberto Herrera, *Soy miembro de iglesia, ¿ahora qué hago?* (Doral, Florida: IADPA, 2019), p. 122.

# Aprender a mirar

*«El corazón del problema humano*
*es el problema del corazón humano».*
**Max Lucado**

¿Por qué será que nos fijamos más en lo malo que en lo bueno; que nos centramos en lo que nos falta y no en lo que tenemos; que vivimos pensando en el futuro en vez de ancladas en el presente? ¿Por qué será que tan fácilmente dejamos de valorar tantas bendiciones diarias? ¿Tendrá consecuencias negativas el hecho de perder la capacidad de ver lo sagrado en lo que, aparentemente, no es más que la rutina diaria?

Sí, claro que tiene consecuencias negativas, porque la gratitud —es decir, la capacidad de valorar y de hacer saber que valoramos lo que se nos da— es la que nutre la espiritualidad individual y llena de belleza las relaciones interpersonales y la intimidad con Dios. Si la perdemos, nos desnutrimos.

Dice Melody Beattie:

> «La gratitud desbloquea la plenitud de la vida. Convierte lo que tenemos en suficiente y más. Convierte la negación en aceptación, el caos en orden, la confusión en claridad. Puede convertir una comida en un banquete, una casa en un hogar, un extraño en un amigo. La gratitud le da sentido a nuestro pasado, trae paz para hoy y crea una visión para el mañana».

Suscribo cada palabra.

No es que la gratitud sea una varita mágica que transforma lo que hay a nuestro alrededor, sino que es el ingrediente que transforma lo que hay dentro de mí. Tener gratitud es verlo todo con una mirada distinta. Así como resulta imposible disfrutar plenamente de la vida cuando nos centramos en la insatisfacción que genera lo que nos falta, también resulta imposible no disfrutar plenamente de la vida cuando creemos que Dios suple lo que necesitamos, y le damos las gracias por ello.

Tener gratitud es partir de la premisa de que nadie nos debe nada, sino que todo lo recibimos por la liberalidad con la que nuestro Dios nos trata, porque nos ama. Tener gratitud es salir a la calle con esta oración: «Gracias, Señor, porque existo y existes; porque sé que no solo mi vida tiene un propósito, sino que tú tienes multitud de propósitos con todo lo que sucede en mi vida. Ayúdame a que no me pasen desapercibidos. Amén».

***«No se inquieten por nada; más bien, en toda ocasión, con oración y ruego, presenten sus peticiones a Dios y denle gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, cuidará sus corazones y sus pensamientos en Cristo Jesús» (Fil. 4: 6-7, NVI).***



# La apariencia de legalidad

*«Las personas no son ridículas*
*sino cuando quieren parecer lo que no son».*
**Giacomo Leopardi**

Corría el mes de agosto del año 1939. Sucedió en la frontera entre Alemania y Polonia. Un grupo de oficiales de las SS llevaban a cabo una misión secreta: fingir un ataque de soldados polacos contra guardias alemanes. El plan era hacer creer que Polonia atacaba a Alemania. De esa manera, creían los nazis, Francia e Inglaterra pensarían que Polonia se lo había ganado en caso de que Alemania los invadiera, y no sentirían el compromiso de defender a Polonia de las garras de Hitler. La clave, pensaba Hitler, para no recibir la oposición de las potencias aliadas ante su inmediata invasión de tierras polacas era la apariencia de legalidad: simular tan bien el ataque que no hubiera dudas de lo que había sucedido. Si mordían el anzuelo, las leyes internacionales de la guerra estarían de su lado y podrían asolar al país vecino. Hipocresía en su máxima expresión. Ni Francia ni Gran Bretaña creyeron que el ataque había sido obra de Polonia, y decretaron la movilización. Era el paso previo a la guerra que siguió.

Qué absurdo es creer que podemos engañar con apariencia de legalidad a los ojos que nos observan. Tal vez resulte a nivel humano, pero ante quien conoce los corazones, tácticas como esta tienen tantas probabilidades de ganar la salvación como tuvo Hitler de ganar la Segunda Guerra Mundial.

No me malinterpretes: no estoy condenando el cumplimiento de la ley. De hecho, Jesús dijo: «Obedézcanlos ustedes y hagan todo lo que les digan; pero no sigan su ejemplo, porque ellos dicen una cosa y hacen otra» (Mat. 23: 3). Obedecer la ley es justo y bueno; nada hay de condenable en ello. Lo que Jesús condena es la actitud hipócrita de aparentar guardar la letra de la ley hasta en el más mínimo detalle (como «diezmar la menta, el anís y el comino»), mientras se participa activamente de males tan graves como la opresión o la avaricia, y se dejan de vivir en la práctica «la justicia, la misericordia y la fidelidad» (Mat. 23: 23).

A Dios no le interesa nuestro legalismo, y mucho menos si lo usamos para humillar a otro ser humano. A Dios le interesa que amemos su ley porque es la expresión de su amor. Dios tiene claro que hacemos el ridículo cada vez que intentamos hacer parecer que somos lo que realmente no somos. Y tú, ¿lo tienes claro también?

***«¡Ay de ustedes, [...] hipócritas!, que son como sepulcros blanqueados, bien arreglados por fuera, pero llenos por dentro [...] de impureza. [...] Aparentan ser gente honrada, pero por dentro están llenos de hipocresía y de maldad» (Mateo 23: 27-28).***